

暮らしの保健室 in 瀬田地区会館



一週間の中で、暖かい日、寒い日が交互に訪れるようになりました。季節が冬から春へ移り変わってゆくことを感じます。街路樹や庭木にも新しい芽でしょうか、ぶっくりとしたかわいい膨らみを見つけることができます。でも季節の変わり目は体調を崩しやすい時期でもありますので、適度な運動、入浴、重ね着での温度調節、バランスの取れた食生活で体調管理に気を付けましょう。暮らしの保健室でも皆さまの体調管理にお役立ただけける情報をお伝えしています。

開催日時

【日時】 3月17日（火）

【時間】 午後2時00分～
3時00分

【場所】 瀬田地区会館
（瀬田4丁目18-11）
地下1階大会議室

【お話】 老人保健施設 玉川すばる

参加方法

どなたでも自由ご参加いただけます。

動きやすい服装でご参加ください。

【参加費】 無料

【持ち物】 飲み物・室内履き
マスク

暮らしの保健室in瀬田地区会館のラインの公式アカウントができました！
ぜひおともだち登録を★
毎月の予定を配信します♪



主催：医療法人社団創福会 ふくろうクリニック等々力
社会福祉法人大三島育徳会 二子玉川あんしんすこやかセンター
協力：医療法人社団白寿会 介護老人保健施設 玉川すばる
グッド訪問看護ステーション玉川リハセンター
おうちのカンゴ二子玉川支所
ソフィアメディ訪問看護ステーション二子玉川
つづる訪問看護ステーション
世田谷区社会福祉事業団 どこでも保健室



お問合せ：二子玉川あんしんすこやかセンター 03-5797-5516